



Hubungan Pengetahuan tentang Jajan Sehat dengan Status Gizi Anak di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang

Sylvie Puspita*, Aditya Nuraminudin Aziz, Lusiana Bernadeta Temorubun

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang

Abstrak: Status gizi merupakan salah satu indikator yang digunakan untuk mengukur keadaan tubuh akibat mengonsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi dibedakan menjadi 4 kategori, yaitu gizi kurang, gizi baik dan gizi lebih dan obesitas. Konsumsi seseorang berpengaruh pada status gizi seseorang dimana status gizi baik atau status gizi optimal terjadi apabila tubuh memperoleh cukup zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga kemungkinan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum berada pada tingkat yang optimal. Tujuan Penelitian ini adalah Untuk Mengetahui Hubungan Pengetahuan Tentang Jajan Sehat Dengan Status Gizi Anak Di Sekolah Di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang. Desain penelitian ini menggunakan analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Dalam penelitian ini didapatkan populasi 70 siswa/siswi kelas IV, VI dan VI SDN Mancar 01 Peterongan Jombang dengan jumlah sampel 60 responden. Dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat pengumpulan data berupa lembar kuesioner serta analisis data menggunakan uji *spearman rho*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 37 responden (61,7%) dan hampir seluruhnya responden memiliki status gizi cukup sebanyak 57 responden (95,0%). Berdasarkan hasil uji *spearman rho* didapatkan nilai $0,00 < \alpha$ (0,05), H1 diterima yang berarti ada Hubungan Pengetahuan Tentang Jajan Sehat Dengan Status Gizi Anak Di Sekolah Di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang. Siswa/siswi diharapkan memiliki pengetahuan atau informasi yang baik untuk mencegah status gizi buruk dan lebih memperhatikan dalam memilih jajan sehat/makanan ringan untuk dapat memenuhi kebutuhan gizinya.

Kata kunci: Pengetahuan Jajan Sehat, Status Gizi, Kebutuhan Gizi

DOI:

<https://doi.org/10.47134/scpr.v1i1.2359>

*Correspondence: Sylvie Puspita

Email: sylviepuspita@gmail.com

Received: 01-04-2024

Accepted: 15-04-2024

Published: 30-04-2024



Copyright: © 2024 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution-ShareAlike (CC BY SA) license (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

Abstract: Nutritional status is an indicator used to measure the state of the body as a result of consuming food and using nutrients. Nutritional status is divided into 4 categories, namely malnutrition, good nutrition and excess nutrition and obesity. A Person's consumption affects a person's nutritional status where good nutritional status or optimal nutritional status occurs when the body obtains enough nutrients that are used efficiently, so that the possibility of physical growth, brain development, work ability and general health is at an optimal level. The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge about healthy snacks and the nutritional status of children at school at SDN Mancar 01 Peterongan, Jombang. The design of this study uses correlation analysis with a cross sectional approach. In this study, a population of 70 students in grades IV, VI and VI of SDN Mancar 01 Peterongan Jombang was found with a sample of 60 respondents. By using purposive sampling technique. Data collection tools in the form of questionnaires and data analysis using the Spearman Rho test. The results showed that most of the respondents had good knowledge of 37 respondents (61.7%) and almost all of the respondents had sufficient nutritional status of 57 respondents (95.0%). Based on the results of the Spearman Rho test, the value is $0.00 < \alpha$ (0.05), H1 is accepted, which means there is a relationship between knowledge about healthy snacks and the nutritional status of children at school at SDN Mancar 01 Peterongan Jombang. Students are expected to have good knowledge or information to prevent malnutrition and pay more attention in choosing healthy snacks/snacks to be able to meet their nutritional needs.

Keywords: Knowledge Of Healthy Snacks, Nutritional Status, Nutritional Needs

Pendahuluan

Status gizi merupakan salah satu indikator yang digunakan untuk mengukur keadaan tubuh akibat mengonsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi dibedakan menjadi 4 kategori, yaitu gizi kurang, gizi baik dan gizi lebih dan obesitas. Konsumsi seseorang berpengaruh pada status gizi seseorang dimana status gizi baik atau status gizi optimal terjadi apabila tubuh memperoleh cukup zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga kemungkinan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum berada pada tingkat yang optimal. Status gizi kurang akan terjadi bila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat-zat gizi esensial atau zat gizi yang tidak dapat diproduksi sendiri oleh tubuh. Status gizi lebih terjadi akibat dari tubuh memperoleh zat-zat gizi dalam jumlah berlebihan atau asupan zat gizi yang melebihi kebutuhan tubuh perharinya (Almatsier, 2018).

Jajanan anak sehat itu berarti segala jajan yang dikonsumsi anak disekolah bernilai gizi yang baik untuk menunjang tumbuh kembang anak (Acito, 2024; Liboredo, 2024; Nirmala, 2024; Sarda, 2024; Żwirska, 2024). Faktanya, kebanyakan jajanan di sekolah mengandung zat adiktif yang dapat membahayakan gangguan metabolisme tubuh si kecil dan menimbulkan berbagai macam penyakit (Bakir, 2024; Cianni, 2023; Dolcini, 2024; Godden, 2024; Luo, 2023). Jajanan dikatakan tidak sehat jika menggunakan bahan kimia yang dilarang, seperti pengawet, pengganti rasa manis (sakarín, siklamat), pewarna, bumbu penyedap masakan atau MSG *Monosodium Glutamat* yang berlebihan, air yang dimasak dengan tidak matang, bahan makanan yang sudah busuk (Syam, A., dkk. 2018).

Menurut *UNICEF* jumlah penduduk yang menderita gizi buruk di dunia mencapai 7690 (76,9%) juta orang pada tahun 2021, gizi baik 6110 (61,1%). Jumlah tersebut naik 6,4% dari tahun-tahun sebelumnya yang sebesar 721,7% juta orang (Kang, 2023; Obeng, 2023; van den Broek, 2023; Watts, 2023). Kementerian Kesehatan meluncurkan Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) menunjukkan status gizi pada tahun 2021 sebanyak 2440 (24,4%) secara umum status gizi membaik dari tahun sebelumnya, gizi buruk 3080 (30,8%). Berdasarkan data yang dirilis oleh Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) prevalensi Jawa Timur yaitu Gizi buruk 480 (4,8%), gizi baik 7530 (75,3%), terus mengalami penurunan pada tahun 2021 menjadi 23,5%. Sedangkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Kabupaten Jombang jumlah gizi buruk pada tahun 2021 menjadi 2120 (21,2%), gizi baik 2060 (20,6%). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 07 Oktober 2022 sebanyak 33 anak dan jumlah anak yang tidak tahu tentang jajanan sehat sebanyak 16 anak. Dan gizi baik 29, gizi buruk 4.

Faktor yang paling terlihat pada lingkungan adalah kurangnya pengetahuan mengenai gizi-gizi yang harus dipenuhi anak pada masa pertumbuhan. Ibu biasanya justru membelikan makanan yang enak kepada anaknya tanpa tahu apakah makanan tersebut mengandung gizi-gizi yang cukup atau tidak, dan tidak mengimbanginya dengan makanan sehat yang mengandung banyak gizi (Sibagariang, Eva Ellya, 2010). gizi baik adalah kondisi status gizi yang berada dalam keadaan baik alias normal. Anak yang memiliki status gizi yang normal, tentu saja akan mempunyai indeks massa tubuh atau IMT (dalam bahasa Inggris dikenal dengan istilah *Body Mass Index* atau BMI) yang normal pula. Gizi buruk adalah status gizi yang didasarkan pada indeks berat badan menurut umur (BB/U) yang

merupakan padanan istilah *underweight* (gizi kurang) dan *severely underweight* (gizi buruk). Konsumsi yang dapat mempengaruhi status gizi lebih adalah tingkat konsumsi lemak, protein, karbohidrat dan genetik (Supariasa et al., 2016).

Pengetahuan gizi pada setiap individu dinilai menjadi salah satu faktor yang penting dalam konsumsi pangan dan status gizi. Hal tersebut berhubungan dengan pemberian menu, pemilihan bahan pangan, pemilihan menu, pengolahan pangan dan menentukan pola konsumsi pangan yang akhirnya akan berpengaruh pada keadaan gizi individu yang bersangkutan. Sasaran pendidikan gizi tidak hanya kaum wanita yang meliputi ibu yang berpendidikan dan pengetahuan gizinya baik akan sangat berperan dalam menyiapkan menu yang cukup mengandung energi dan protein, serta gizi lainnya pada keluarganya (Hartono, 2018).

Metode

Desain penelitian menerapkan *Analitik Korelasi* dengan desain penelitian *Cross Section*. Penelitian ini telah dilaksanakan 02 Mei 2023 sampai dengan 03 Mei 2023 di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang. Populasi dalam penelitian ini yaitu anak-anak siswa/siswi sebanyak 70 anak dan mengaplikasikan teknik *Purposive Sampling*. sehingga memperoleh sampel dalam penelitian ini yaitu 60 siswa/siswi. Alat penelitian berupa kuesioner, lembar observasi. Analisis data uji *Spearman Rho* dengan signifikan atau nilai probabilitas (0,000) jauh lebih rendah standar signifikan dari 0,05 atau ($p < \alpha$), maka data H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada Hubungan Pengetahuan Tentang Jajan Sehat Dengan Status Gizi Anak Di Sekolah Di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang. Penelitian ini telah dilakukan uji etik dan dinyatakan lolos dengan nomor uji etik 0806-KEPKSHJ.

Hasil dan Pembahasan

Gambaran Karakteristik Responden Yang Meliputi Umur, Jenis Kelamin, Usia Orang Tua, Pendidikan Orang Tua, Pendapatan Orang Tua, Pekerjaan Orang Tua.

Data Umum

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Usia Orang Tua, Pendidikan Orang Tua, Pendapatan Orang Tua, Pekerjaan Orang Tua.

| No | Karakteristik | Frekuensi | Persentase % |
|----|------------------|-----------|--------------|
| 1. | Umur | | |
| | Umur 8-10 Tahun | 22 | 36,7 |
| | Umur 11-12 Tahun | 38 | 63,3 |
| | Total | 60 | 100% |
| 2. | Jenis kelamin | | |
| | Laki-laki | 31 | 51,7 |
| | Perempuan | 29 | 48,3 |
| | Total | 60 | 100% |

| No | Karakteristik | Frekuensi | Persentase % |
|----|----------------------|-----------|--------------|
| 3. | Usia orang tua | | |
| | 28-30 thn | 48 | 80,0 |
| | 31-35 thn | 12 | 20,0 |
| | Total | 60 | 100% |
| 4. | Pendidikan orang tua | | |
| | SD | 0 | 0 |
| | SMP | 4 | 6,7 |
| | SMA/SMK | 52 | 86,7 |
| | D3/S1 | 4 | 6,7 |
| | Total | 60 | 100% |
| 5. | Pendapatan orang tua | | |
| | 500.000 | 4 | 6,7 |
| | 1.000.000 | 19 | 31,7 |
| | 2.000.000 | 37 | 61,7 |
| | Total | 60 | 100% |
| 6. | Pekerjaan orang tua | | |
| | PNS | 9 | 15,0 |
| | Wiraswasta | 51 | 85,0 |
| | IRT | 0 | 0,0 |
| | Total | 60 | 100 |

Sumber : data primer 2023

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa hampir dari setengah responden berusia 11-12 Tahun yaitu berjumlah 38 responden (63,3%) dan setengah responden berusia 8-10 tahun sebanyak 22. Sebagian besar responden sebanyak 31 responden (51,7%) berjenis kelamin laki - laki dan hampir setengah responden sebanyak 29 responden (48,3%) berjenis kelamin perempuan. Lebih dari besar responden berusia 28-30 tahun sebanyak 48 responden (80,0%) dan setengah responden sebanyak 12 responden (20,0%) berusia 31-35 tahun. Lebih dari setengah orang tua responden berpendidikan SMA/SMK sebanyak 52 responden (86,7%) dan sebagian orang tua responden berpendidikan SMP dan D3/S1 sebanyak 4 responden (6,7%). Setengah orang tua responden pendapatan 2.000.000 sebanyak 37 responden (61,7%) dan sebagian orang tua responden pendapatan 500.000 sebanyak 4 responden (6,7%). lebih dari setengah orang tua responden pekerjaan wiraswasta sebanyak 51 responden (85,0%) dan sebagian orang tua responden pekerjaan PNS sebanyak 9 responden (1,5%).

Data Khusus

Tabel 2. Data Khusus Pengetahuan Jajan Sehat Pada Anak Di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang, Pada Tanggal 02 S/D 03 Mei 2023

| No | Pengetahuan jajan sehat | Frekuensi | Persentase (%) |
|--------------|-------------------------|-----------|----------------|
| 1 | Baik | 37 | 61,7 |
| 2 | Cukup | 18 | 30,0 |
| 3 | Kurang | 5 | 8,3 |
| Total | | 60 | 100 |

Sumber : data primer 2023

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar dari responden berpengetahuan baik yaitu sebanyak 37 responden (61,7%), dan sebagian responden sebanyak 5 responden (8,3%) berpengetahuan kurang.

Tabel 3. Data Khusus Status Gizi Pada Anak Di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang, Pada Tanggal 02 S/D 03 Mei 2023

| No | Status Gizi | Frekuensi | Persentase (%) |
|--------------|-------------|-----------|----------------|
| 1 | Kurang | 0 | 0,0 |
| 2 | Cukup | 57 | 95,0 |
| 3 | Baik | 3 | 5,0 |
| 4 | Sangat baik | 0 | 0,0 |
| Total | | 60 | 100 |

Sumber : data primer 2023

Berdasarkan tabel 3 di atas dapat diketahui hampir seluruhnya responden yaitu sebanyak 57 responden (95,0%), memiliki status gizi yang cukup dan sebagian responden yaitu sebanyak 3 responden (5,0%) memiliki status gizi baik.

Tabel 4. Hubungan Pengetahuan Jajan Sehat Dengan Status Gizi Di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang Pada Tanggal 02 S/D 03 Mei 2023

| Pengetahuan Jajan sehat | Status Gizi | | | | | | | | | |
|-------------------------|-------------|-----|-------|-------|------|------|------------|-----|--------|-----|
| | Kurang | | Cukup | | Baik | | Sangatbaik | | Jumlah | |
| | F | % | F | % | F | % | F | % | F | % |
| Baik | 0 | 0,0 | 36 | 97,3 | 1 | 2,7 | 0 | 0,0 | 37 | 100 |
| Cukup | 0 | 0,0 | 16 | 88,9 | 2 | 11,1 | 0 | 0,0 | 18 | 100 |
| Kurang | 0 | 0,0 | 5 | 100,0 | 0 | 0,0 | 0 | 0,0 | 5 | 100 |
| TOTAL | 0 | 0,0 | 57 | 95,0 | 3 | 5,0 | 0 | 0,0 | 60 | 100 |

Uji statistik *Spearman Rho* nilai probabilitas 0,000. *P value* < α (0,05), interval koefisien sangat rendah 0,105.

Sumber : data primer 2023

Berdasarkan Tabel 4 Tabulasi Silang hubungan pengetahuan jajan sehat dengan status gizi pada anak di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden sebanyak 36 responden (97,3%) berpengetahuan baik dan hampir seluruhnya responden sebanyak 57 responden (95,0%) memiliki status gizi cukup sedangkan sebanyak 5 responden (8,3%) yang berpengetahuan kurang dan sebanyak 3 responden (5,0%) memiliki status gizi baik.

Pengetahuan Tentang Jajan Sehat Di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang.

Berdasarkan tabel 4 di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar dari responden berpengetahuan baik yaitu sebanyak 37 responden (61,7%), dan sebagian responden sebanyak 5 responden (8,3%) berpengetahuan kurang.

Data yang diperoleh frekuensi berpengetahuan baik lebih tinggi dibandingkan dengan pengetahuan kurang. Siswa/siswi dengan pengetahuan kurang dikarenakan masih kurangnya pemahaman tentang membedakan jajanan sehat/makanan ringan dengan kurang sehat serta masih kurangnya pengetahuan yang diberikan oleh orang tua siswa/siswi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Helvina 2019 sebesar (83%) anak berpersepsi baik tentang gizi seimbang ditunjukkan dengan mayoritas anak sudah mampu mengklasifikasikan makanan yang termasuk ke dalam gizi seimbang.

Pengetahuan merupakan hasil dari 'tahu' dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa dan peraba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2018).

Menurut Bloom dalam Notoatmodjo (2018), pengetahuan merupakan pengembangan dari 3 tingkat ranah perilaku yang artinya adalah hasil penginderaan

manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Dengan sendirinya pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indera pendengaran (telinga), dan indera penglihatan (mata). Pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda-beda.

Pengetahuan gizi pada setiap individu dinilai menjadi salah satu faktor yang penting dalam konsumsi pangan dan status gizi. Hal tersebut berhubungan dengan pemberian menu, pemilihan bahan pangan, pemilihan menu, pengolahan pangan dan menentukan pola konsumsi pangan yang akhirnya akan berpengaruh pada keadaan gizi individu yang bersangkutan. Sasaran pendidikan gizi tidak hanya kaum wanita yang meliputi ibu yang berpendidikan dan pengetahuan gizinya baik akan sangat berperan dalam menyiapkan menu yang cukup mengandung energi dan protein, serta gizi lainnya pada keluarganya (Hartono, 2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah pendidikan, pekerjaan, umur, faktor lingkungan, sosial budaya, dan informasi (Mubarok, 2015).

Usia 6-12 tahun merupakan usia yang belum matang pengalamannya. Namun terdapat 38 responden (63,3%) hal ini disebabkan oleh tingginya pendidikan ditempuh, informasi yang diterima dari keluarga, media cetak, teman, dan tenaga kesehatan. Pengetahuan pada anak dari segi umur. Umur yang belum produktif ini menyebabkan responden belum cukup matang dalam memilih dan menyaring materi atau informasi yang diterima karena bertambahnya umur seseorang dapat mempengaruhi kemampuan intelektual dalam menerima informasi.

Pengetahuan dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Selain itu, umur seseorang juga dapat mempengaruhi tingkat pemahaman atau pemantauan seseorang. Semakin cukup umur, tingkat kemampuan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja. Dapat diketahui bahwa ibu yang berpengetahuan cukup dikarenakan ibu hanya mendapatkan informasi dari orang-orang di lingkungan sekitar dan media baik cetak maupun elektronik seperti buku, majalah dan internet. Kemampuan ibu yang berbeda-beda dalam menangkap dan mengolah informasi mengenai pendidikan. Usia orang tua atau ibu menyebabkan hasil pengetahuan yang didapat ibu pun berbeda-beda.

Pada penelitian ini terdapat 52 orang tua responden (86,7%) yang berpendidikan SMA/SMK. Hal ini menunjukkan bahwa orang tua responden mampu untuk memberi tahu siswa/siswi agar lebih memilih jajanan sehat makanan ringan yang sehat dan baik untuk tumbuh kembangnya. Pengetahuan anak mengenai jajanan sehat/makanan ringan juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan orang tua. Semakin tinggi tingkat pendidikan orang tua maka akan memiliki pengetahuan yang lebih untuk diajarkan kepada anak. Pengetahuan orang tua pada anak dari segi Pendidikan. Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju ke arah cita-cita tertentu. Jadi dapat dikatakan bahwa pendidikan itu menuntut manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupannya untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan. Dari uraian di atas pendidikan dapat disimpulkan bahwa Pendidikan yang rendah dapat menyebabkan seseorang sukar menentukan pilihan.

Status pekerjaan orang tua berkaitan dengan tingkat pendidikannya. Semakin tinggi pendidikan orang tua, semakin tinggi kesempatan yang didapat untuk mendapatkan pekerjaan yang baik. Status pekerjaan juga menentukan jumlah penghasilan yang diterima orang tua. Dimungkinkan pengeluaran untuk belanja konsumsi jajan dan juga akan tinggi. Kebutuhan dan keinginan juga akan meningkat seiring tingginya penghasilan atau pendapatan (Khartini Kaluku, 2023).

Hal ini didukung dengan teori Rusilanti (2014). Yaitu pemilihan makan anak juga dipengaruhi oleh idola atau tokoh populer yang menarik bagi anak, kebiasaan makan teman sebaya, serta lingkungan tempat tinggal. Faktor lain yang berpengaruh terhadap pemilihan makanan jajanan adalah faktor ketersediaan. Ketersediaan makanan jajanan dapat diartikan apakah jajanan tersedia di lingkungan anak-anak dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dijual di pertokoan dekat rumah, lingkungan sekolah, terdapat di rumah, dan dibeli oleh anak-anak (Bondika, 2014)

Dari 60 responden yang berpengetahuan baik berjumlah 37 dengan persentase (61,7%) dikarenakan pemahaman tentang pengetahuan jajanan sehat/makanan ringan sudah cukup baik serta pengetahuan tentang jajanan sehat/makanan ringan yang diberikan dari pendidikan di sekolah juga sudah baik. Di antaranya melalui pendidikan mata pelajaran yang berkaitan dengan kesehatan. berdasarkan wawancara dengan salah satu guru di sekolah diketahui bahwa belum ada mata pelajaran khusus mengenai pendidikan jajanan sehat/makanan ringan dan pendidikan gizi. pada kurikulum yang ada pada saat ini materi pendidikan kesehatan diberikan pada beberapa mata pelajaran yang berkaitan dengan kesehatan atau mata pelajaran lain. Beberapa materi yang sudah ada berupa kebiasaan mencuci tangan, memelihara kebersihan tubuh dan kebersihan lingkungan sekitar. Beberapa materi pengetahuan gizi dan jajanan sehat makanan ringan yang sebaiknya ditambahkan yaitu pola makan anak yang sehat, risiko bahaya jajan di sembarang tempat, dan jajan sehat/makanan ringan yang meliputi aspek higienis komposisi gizi dan membedakan batas kadaluwarsa makanan.

Tingkat pengetahuan siswa/siswi tentang jajanan sehat/makanan ringan sudah cukup baik tetapi belum seluruh siswa berpengetahuan baik tentang jajanan sehat/makanan ringan hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian yang sudah dilakukan menunjukkan bahwa presentasi pengetahuan baik frekuensinya 37 persentasinya 61,7%. Oleh karena itu untuk meningkatkan presentasi pengetahuan baik tentang jajanan sehat/makanan ringan pada siswa/siswi diperlukan koordinasi antara pihak sekolah dengan orang tua murid untuk lebih memperhatikan makanan jajanan pada anak dengan membuat bekal anak ke sekolah agar makanan jajanan anak lebih terjamin kebersihannya dan tercukupi kebutuhan gizinya.

Orang tua harus mengedukasikan anak agar lebih memilih jajan sehat/makanan ringan salah satunya adalah dengan membuat atau membawakan bekal yang dipilih dan disiapkan sendiri oleh orang tua. Orang tua juga dapat menunjukkan kepada anak untuk membeli makanan di kantin sekolah yang memenuhi syarat kebersihan. Ajarkan anak memilih jajan sehat/makanan ringan yang bersih, tidak dihinggapi serangga/lalat.

Status Gizi Pada Anak Di SDN 01 Mancar Peterongan Jombang.

Berdasarkan tabel 4 di atas dapat diketahui hampir seluruhnya responden yaitu sebanyak 57 responden (95,0%), memiliki status gizi yang cukup dan sebagian responden yaitu sebanyak 3 responden (5,0%) memiliki status gizi baik.

Status gizi merupakan salah satu indikator yang digunakan untuk mengukur keadaan tubuh akibat mengonsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Status gizi dibedakan menjadi 4 kategori, yaitu gizi kurang, gizi baik dan gizi lebih dan obesitas. Konsumsi seseorang berpengaruh pada status gizi seseorang dimana status gizi baik atau status gizi optimal terjadi apabila tubuh memperoleh cukup zat gizi yang digunakan secara efisien, sehingga kemungkinan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja dan kesehatan secara umum berada pada tingkat yang optimal. Status gizi kurang akan terjadi bila tubuh mengalami kekurangan satu atau lebih zat-zat gizi esensial atau zat gizi yang tidak dapat diproduksi sendiri oleh tubuh. Status gizi lebih terjadi akibat dari tubuh memperoleh zat-zat gizi dalam jumlah berlebihan atau asupan zat gizi yang melebihi kebutuhan tubuh perharinya (Almatsier, 2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi Pendapatan, pendidikan, pekerjaan dan budaya (Gissler, 2015).

Pengaruh pengetahuan seseorang secara umum, seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan lebih luas dibandingkan seseorang yang tingkat pendidikannya lebih rendah. Ibu berpendidikan cukup mempunyai anak dengan status gizi kurang, hal tersebut disebabkan karena banyaknya ibu yang hanya sebagai karyawan swasta (buruh di *home* industri) di desa tersebut. Sehingga ibu tersebut terlalu sibuk bekerja dan kurang telaten dalam merawat dan memenuhi kebutuhan gizi seimbang untuk anaknya. Penghasilan ibu sebagai buruh pun kurang mencukupi untuk memenuhi asupan gizi bagi anaknya sehingga anak masih belum, tercukupi asupan gizinya.

Pengaruh status gizi yaitu ketersediaan pangan ditingkat keluarga hal ini sangat tergantung dari cukup tidaknya pangan yang dikonsumsi oleh setiap anggota keluarga untuk mencapai gizi baik dan hidup sehat. Pola asuh keluarga, pola pendidikan yang diberikan oleh orang tua oleh anak-anaknya karena setiap anak membutuhkan perhatian, kasih sayang yang akan berdampak pada mental, fisik dan emosional. Pelayanan kesehatan dasar, pemantauan pertumbuhan yang diikuti dengan tindak lanjut berupa konseling, terutama oleh petugas kesehatan berpengaruh pada pertumbuhan anak. Sosial ekonomi dengan banyaknya anak yang kurang gizi disebabkan ketidaktahuan orang tua akan pentingnya gizi seimbang bagi anak yang pada umumnya disebabkan pendidikan orang tua yang rendah serta faktor kemiskinan.

Hasil penelitian ini berbeda dengan teori yang dikemukakan oleh Almatsier (2014) bahwa status gizi yang baik atau optimal akan berpengaruh terhadap perkembangan fisik, otak, kemampuan kerja dan kesehatan, sedangkan status gizi kurang dapat menyebabkan kekurangan tenaga untuk bergerak dan melakukan aktivitas, sehingga anak menjadi malas dan lemah karena kekurangan gizi.

Status gizi sangat berpengaruh terhadap perkembangan anak. Status gizi berhubungan dengan perkembangan motorik kasar anak, artinya semakin rendah status gizi anak, maka perkembangan motorik kasar anak juga akan rendah. Demikian juga

sebaliknya jika rendah status gizi anak tidak normal maka perkembangan motorik kasar anak juga akan meningkat. Status sosial ekonomi keluarga misalnya penghasilan yang rendah dari kepala keluarga dan pengetahuan tentang gizi yang rendah ditambah dengan budaya dalam keluarga antara lain kebiasaan makan dan adat istiadat akan mempengaruhi dalam proses pemilihan dan pengolahan makanan oleh ibu, karena pengolahan makanan yang baik akan mempengaruhi status gizi seorang anak.

Selain dari faktor keluarga, sekolah juga memiliki peranan yang tidak kalah pentingnya terhadap pembentukan status gizi siswa/siswi-nya. Tidak hanya memberikan pengajaran sekolah juga mampu memberikan contoh makanan sehat yang memiliki jumlah gizi seimbang, pihak sekolah juga mampu mempromosikan kantin untuk menyediakan makanan-makanan yang sehat, lebih dari itu melalui sekolah siswa/siswi juga mendapatkan pendidikan olahraga yang memiliki peranan sebagai sarana kegiatan dan aktivitas untuk mengurangi kelebihan asupan makanan yang berlebih yang dapat mengakibatkan kegemukan.

Tabulasi Silang Hubungan Pengetahuan Tentang Jajan Sehat Dengan Status Gizi Pada Anak Di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang.

Pada penelitian hubungan pengetahuan tentang jajan sehat dengan status gizi pada anak di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang, Hasil Uji Statistik *Spearman's rho* dari perhitungan dengan menggunakan SPSS 16 *for windows* diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,105 hal ini didapatkan $p < \alpha$ yaitu $= 0,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima maka ada hubungan pengetahuan tentang jajan sehat dengan status gizi pada anak di SDN 01 Mancar Peterongan Jombang. Dikarenakan nilai korelasi 0,105 masuk angka interval koefisien antara 0,000-0,199 kategori sangat rendah.

Pengetahuan siswa/siswi mengenai Jajanan sehat/makanan ringan memiliki hubungan dengan status gizi. Hubungan tersebut dapat dilihat pada tingkat signifikan sebesar 0,000 di mana $0,000 < 0,05$, ini menunjukkan bahwa pengetahuan memiliki hubungan dengan status gizi. Hasil uji pengetahuan yang telah dijawab oleh siswa/siswi sekolah dasar, sebagian besar siswa/siswi memiliki pengetahuan yang baik. Hal ini ditandai dengan sebagian responden yang mampu memperoleh skor maksimal. hanya sebagian kecil saja responden yang memperoleh skor rendah. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa siswa/siswi usia sekolah dasar di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang sudah mengerti makanan jajanan apa saja yang baik dan tidak untuk dikonsumsi. Selain itu sebagian siswa/siswi sudah mengetahui zat-zat berbahaya apa saja yang mungkin terkandung pada makanan jajanan yang mereka konsumsi. Dengan baiknya pengetahuan siswa/siswi, maka siswa/siswi akan lebih berhati-hati dalam membeli makanan jajanan di sekolah maupun di lingkungan sekolah.

Siswa/siswi lebih berhati-hati dalam mengonsumsi jajan, tentu siswa/siswi tersebut akan lebih memilih makanan jajanan yang sehat aman dan terjaga kebersihannya. Dengan pola konsumsi makanan jajanan yang baik akan berdampak pada baiknya status gizi siswa tersebut. Hal tersebut menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan siswa/siswi mengenai jajanan sehat/makanan ringan dengan status gizi siswa/siswi usia sekolah dasar

di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang, ini dikarenakan antara pengetahuan siswa/siswi mengenai jajanan sehat/makanan ringan dengan status gizi siswa/siswi usia sekolah dasar saling memiliki pengaruh antara satu dengan yang lainnya. Selain itu antara pengetahuan siswa/siswi mengenai jajanan sehat/makanan ringan dengan status gizi siswa/siswi usia sekolah dasar saling memiliki faktor yang saling berhubungan.

Pengetahuan siswa/siswi mengenai jajanan sehat/ makanan ringan berhubungan dengan status gizi siswa/siswi usia sekolah dasar di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang, karena semakin baik pengetahuan siswa/siswi maka semakin baik status gizi siswa/siswi usia sekolah dasar di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang. sehingga diharapkan akan lebih banyak lagi siswa/siswi yang memiliki pengetahuan mengenai jajanan sehat/makanan ringan agar siswa/siswi memiliki pola konsumsi jajanan sehat yang baik. Dengan siswa/siswi yang lebih memilih jajanan sehat/makanan ringan dan bergizi maka akan memiliki status gizi yang baik. Siswa/siswi yang memiliki status gizi yang baik akan menjadi lebih sehat dan memiliki tubuh yang ideal

Jajan sehat adalah mengandung zat gizi yang cukup dan seimbang juga harus aman, yaitu bebas dari bakteri, virus, parasit, serta bebas dari pencemaran zat kimia. Makanan dikatakan aman apabila kecil kemungkinan atau sama sekali tidak mungkin menjadi sumber penyakit atau yang dikenal sebagai penyakit yang bersumber dari makanan (*foodborne disease*). Oleh sebab itu, makanan harus dipersiapkan, diolah, disimpan, diangkut dan disajikan dengan serba bersih dan telah dimasak dengan benar (Srikandi dalam Zentalian, 2014).

Jajanan anak sekolah yang kurang terjamin kesehatannya dapat berpotensi menyebabkan keracunan, gangguan pencernaan dan jika berlangsung lama akan menyebabkan status gizi yang buruk yang berdampak pada berat badan yang tidak normal atau berat badan yang kurang dari nilai normal. Selain itu, jajanan tidak sehat dapat menyebabkan prestasi anak di sekolah juga terganggu. Jajan tidak sehat dapat menyebabkan diare jika setelah makan, ia mendadak buang air besar terus-menerus (dengan tekstur feses cair hingga bercampur darah), sakit kepala, kram perut, kehilangan nafsu makan, demam, dan dehidrasi. Gangguan pencernaan lain yang rentan dialami akibat jajan.

Simpulan

Pengetahuan Tentang jajan sehat Pada Anak Di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang sebagian besar baik sebanyak 37 Responden dengan presentasi (61,7%). Status Gizi Pada Anak Di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang sebagian besar adalah cukup sebanyak 57 Responden dengan presentasi (95,0%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada Hubungan Pengetahuan Tentang Jajan Sehat Dengan Status Gizi Anak Di Sekolah Di SDN Mancar 01 Peterongan Jombang. Yang dibuktikan dari hasil uji *Spearman's rho* didapatkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < \alpha (0,05)$.

Saran yang dapat saya berikan adalah diharapkan dapat memberikan manfaat dalam upaya peningkatan pengetahuan siswa/siswi terkait dengan asupan pola makan khususnya dalam pemilihan jajanan sehat makanan ringan yang mengandung zat gizi. Pihak sekolah sebaiknya menyediakan kantin dengan makanan yang bervariasi dan kandungan gizi anak dapat tercukupi. Siswa/siswi sebaiknya lebih selektif lagi dalam mengonsumsi dan memilih jajan yang akan dikonsumsi. Sehingga kondisi kesehatan dan status gizi akan selalu baik. Pengetahuan orang tua lebih kreatif dalam pemberian makanan sehat dan mencegah anak tidak sembarang jajan di lingkungan sekolah dengan cara membuat memvariasikan menu makanan bekal untuk anak di sekolah dengan menyajikan makanan yang lengkap dan mengandung zat gizi agar anak tidak jajan sembarang. Disarankan pada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian di sekolah yang berbeda atau lebih dari satu sekolah agar informasi tentang pengetahuan jajan sehat pada anak usia sekolah dapat lebih luas. Peneliti selanjutnya dapat dijadikan sebagai sumber literatur dan penelitian dalam pengembangan bidang kesehatan khususnya mengenai pengetahuan jajan sehat pada anak dan juga sebaiknya memiliki literatur yang lebih bervariasi lagi terkait jajanan sehat makanan ringan untuk menambah wawasan dan pengetahuan.

Daftar Pustaka

- Acito, M. (2024). Eating and lifestyle habits and primary school health-related programs: a survey involving Italian children and teachers. *Annali Di Igiene Medicina Preventiva e Di Comunita*, 36(2), 123–143. <https://doi.org/10.7416/ai.2024.2599>
- Almatsier, (2018). *Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Bakir, A. (2024). Do female adolescents respond better to thin or plus-size ad characters? *Journal of Consumer Marketing*, 41(1), 23–35. <https://doi.org/10.1108/JCM-02-2021-4465>
- Bondika Ariandani Aprillia, (2014). Faktor yang Berhubungan dengan Pemilihan Makanan Jajanan pada Anak Sekolah Dasar. Diss. Diponegou University.
- Cianni, R. De. (2023). Parental behaviour in choosing snacks for children aged six to ten: the role of mothers' nutritional awareness. *British Food Journal*, 125(2), 713–730. <https://doi.org/10.1108/BFJ-09-2021-1010>
- Dolcini, J. (2024). Socioeconomic differences in dietary habits in Italy before and during COVID-19 pandemic: secondary analysis of a nationwide cross-sectional study. *BMC Public Health*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17530-6>
- Gissler, CA & Hilary JP 2015, *Human Nutrition. Eleventh Edition*, Elsevier Inc, UK.
- Godden, E. (2024). The impact of nutritional labeling on adult snack choices: A controlled field experiment in a non-commercial professional setting. *Appetite*, 193. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2023.107167>
- Hartono, (2018). *Sehat Dengan Gaya Hidup – Terapi Gizi Medik Untuk Berbagai Penyakit*. Andi Offset, Yogyakarta.

- Hartono, (2018). Sehat Dengan Gaya Hidup – Terapi Gizi Medik Untuk Berbagai Penyakit. Andi Offset, Yogyakarta.
- Inamah, inamah and Rasako, Hairudin and Puspita Sari, Martha and Kaluku, Khartini and Sahertian, Betty A and Salakory, Jacomina Anthonete (2023) *Hubungan Konsumsi Jajanan dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Negeri 156 Maluku Tengah*.
- Istiany dan Rusilanti. (2014). *Gizi Terapan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Kang, E. C. (2023). Molecular Characterization and Fungicide Sensitivity of *Jujube* Pathogens *Colletotrichum gloeosporioides* Ssensu Stricto and *Colletotrichum nymphaeae* in South Korea. *Plant Disease*, 107(3), 861–869. <https://doi.org/10.1094/PDIS-04-22-0942-RE>
- Liboredo, J. C. (2024). Using of food service: changes in a Brazilian sample during the COVID-19 pandemic. *Nutrition and Food Science*. <https://doi.org/10.1108/NFS-06-2023-0129>
- Luo, S. (2023). Application of physical blowing agents in extrusion cooking of protein enriched snacks: Effects on product expansion, microstructure, and texture. *Trends in Food Science and Technology*, 133, 49–64. <https://doi.org/10.1016/j.tifs.2023.01.012>
- Mubarak, (2015). Buku 1 Ajar Ilmu Keperawatan Dasar. Jakarta : Salemba Medika.
- Nirmala, I. R. (2024). Cooking behavior among mothers of children aged 2–5 years old in Kendari, Southeast Sulawesi, Indonesia. *BMC Public Health*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-024-17826-1>
- Notoadmojo, Soekidjo. 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Obeng, C. (2023). Activities that early care educators are implementing in their childcare environments during the COVID-19 era. *Frontiers in Education*, 8. <https://doi.org/10.3389/educ.2023.1255172>
- Sarda, B. (2024). Consistency of the Initial and Updated Version of the Nutri-Score with Food-Based Dietary Guidelines: A French Perspective. *Journal of Nutrition*, 154(3), 1027–1038. <https://doi.org/10.1016/j.tjnut.2024.01.029>
- Supariasa, I Dewa Nyoman., Bachyar Bakry., Ibnu Fajar. 2016. Penilaian Status Gizi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC. Pp : 17-19; 36-37; 56-61; 73.
- Syam, A., dkk, (2018). Gambaran Pengetahuan dan Sikap Siswa terhadap Makanan Jajanan Sebelum dan Setelah Pemberian Edukasi Kartu Kwartet pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kota Makassar. *Jurnal Tepat*, 1(2), 127–136
- UNICEF, (2021). *United Nations International Children's Emergency Fund. Kekurangan gizi*
- van den Broek, N. (2023). Adolescents' food intake changes during the COVID-19 pandemic: The moderating role of pre-pandemic susceptibility, COVID-19 related stressors, and the social food context. *European Journal of Developmental Psychology*, 20(4), 616–634. <https://doi.org/10.1080/17405629.2022.2115999>
- Watts, S. (2023). Putting a price on healthy eating: Public perceptions of the need for further food pricing policies in the UK. *Journal of Public Health (United Kingdom)*, 45(4). <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdad152>

-
- Zentalian, (2014). Pengaruh Alat Permainan Edukatif Monopoli Terhadap Perilaku dalam Memilih Jajanan Sehat pada Siswa Kelas V SDI Musra Surabaya. Skripsi, Surabaya : Universitas Muhammadiyah Surabaya.
- Żwirska, J. (2024). Dietary patterns of children between the ages of 6–10 years from primary schools in Lesser Poland. *Family Medicine and Primary Care Review*, 26(1), 93–105. <https://doi.org/10.5114/fmpcr.2024.134710>